1. GÜN DÖNÜŞTÜRME

TANIM

Gerçeğini oluşturan şey; dış dünya hakkındaki düşüncelerindir. İnsanoğlunun dünya gezegeninde var olduğundan bu yana dek sürekli aynı düşük titreşimsel frekansla manipüle edildiğini söylesem ne derdin? Kitlesel olarak bin yıllar boyunca aynı frekansa maruz kaldığınız için, korkunun yerine sevgiyi koyamadınız. Fikir olarak, kavram olarak sevgiyi duydunuz ancak yaşadığınız tek şey korku ve türevleriydi. Artık dönüştürmenin zamanı geldi. İlk dersimiz bu: dönüştürme.

UYGULAMA

Aynanın karşısına geç ve gözlerinin içine bak. Kendinle ilgili aklına gelen tüm olumsuz düşüncelerini, yaptığın yanlışları, kendini yargıladığın durumları hatırlayıp bir kâğıda not et. Şimdi aşağıdaki sözü tekrarla ve ardından o kağıdı yak.

- ✓ Ben, (adın ve soyadın) kendi ruhsal gücümü elime alıp, kim olduğumu fark etmeme engel olan atalarımdan gelen DNA'larımdaki tüm genlerin artık inaktive olmasını ve yerine içimdeki, özümdeki Tanrısal gücün açığa çıkmasını seçiyorum. Kendimi zavallı bir insan olarak görüp yargıladığım her ne varsa hepsinden özgürleşiyorum.

AMAÇ

Dönüştürmekteki amacımız; içindeki korku bazlı düşüncelerden arınıp, sevgi bazlı düşüncelere geçmendir. Bilinçli olarak aklına dönüştürmen gerekenler o an gelmeyebilir. Bunun için sana kolay bir yöntem söyleyeceğim. Bunu duymaya hazır mısın?

İnsanlarla olan iletişiminde duygusal durumunu gözle; ne zamanki canını sıkan, gıcık olduğun, rahatsız olduğun bir an oldu; o zaman hemen kendinin dışına çık ve süreci dışarıdan izle. Hangi parçan bu süreçten rahatsız oldu, orada neyi görmeli ve fark etmelisin? Hemen bunu kendine sor. Ardından bir yere, o an rahatsız olduğun her ne ise; not et. Çünkü rahatsız olduğun şey, senin iç dünyanın yansımasıdır. Sen, karşındakiyle hem fikir olduğun için rahatsız olursun. İçine attığın, bastırdığın kimsenin görmesini istemediği özelliğini dile döktüğünde bundan rahatsızlık duyarsın. İşte tam o an da karşındakine duygusal bir patlama yapmak üzereyken kendinin dışına çık, süreci gözlemle ve neden rahatsız olduysan onu, yakılacaklar listene ekle.

2. GÜN SADELEŞME

TANIM

"Zihinsel sadeleşme"; zihnin kaotik ve kuşku dolu... Bu kuşku ile kullanılma korkusu devreye giriyor ve insanlara karşı bir güvensizlik oluşuyor. Hayata ne verirsen o da onu sana geri yansıtır. Bunu duymuş olmalısın. Bu doğa felsefelerinden biridir; ne ekersen onu biçersin!

"Duygusal sadeleşme"; duygu durumun da tamamen zihninin kontrolü altında... Birini severken, karşındakinin tahsiline, sahip olduğu maddi kaynaklara bakıyor sonra mantıklı bulursan; "evet, ben bu kişiyi sevebilirim, çünkü ihtiyacım olan kaynaklara

sahip” diyorsun. Biliyor musun bu sevgi değil! Şaşırdın mı? Sevgi, koşullara göre değişiklik göstermez. Sadece seversin. Ve tek bir sevgi vardır; o da koşulsuz sevgidir. Birini seviyorsan ama sana istemediğin bir davranışta bulunduğunda; “onu artık sevmiyorum” diyorsan; ampullerini yakmaya hazır ol! Çünkü zaten o kişiyi hiç sevmemiştin. Sadece sana gösterdiği ilgiyi, sana verdiği değeri sevdin. Sevgi de pazarlık olmaz. O halde sevgiyle alakası olmayan ama adına sevgi dediğin sahiplenme duygusundan özgürleş, ondan sadeleş.

“Geçmişten sadeleşme”; ailenle, arkadaşlarınla, komşularınla yaşadığın ve sürekli yakınıp, şikâyet ettiğin geçmişini bir kenara bırak. Belki bunu kendini acındırarak ilgi görmek için yapıyorsun ama buna hiç gerek yok, biliyor musun? Geçmişten getirdiğin çöpleri çöpe atmalısın ve onları karıştırmamalısın. Çünkü çöpleri karıştıranlar pisliğe bulanırlar. Ne kadar geçmişe takılı kalırsan, geleceğin de o doğrultuda şekillenecektir. Geleceğinin de şikâyet ettiğin geçmişin gibi mi olmasını istiyorsun? O halde bırak geçmiş, geçmişte kalsın. Her ne kadar başarısızlıklarla dolu, üzüntülerle dolu olursa olsun yaşadığın her ne ise onun özünü al, kabuğunu çöpe at. Geçmişinden sadeleş.

“Yaşamdan sadeleşmeden” bahsedelim. Bir günün nasıl geçiyor? Neler yapıyorsun? Zamanını nelere ayırıyorsun?

Hayatını dolu dolu mu geçiriyorsun yoksa günü pek de gerekli olmayan uğraşlarla mı tüketiyorsun? Kendine, yaşamına göz atmanı istiyorum. Alışkanlıkların neler, uğraşların neler, zevklerin neler? Bakmanı istiyorum. Yaşamını sadeleştir.

UYGULAMA

Zihinsel Sadeleşme: Zihnini sadeleştirmek ve dinginleştirmek istiyorsun ama içinde sanki aksi bir adam var ve sürekli seninle ve hayatınla ilgili vıdı vıdı edip duruyor. Haydi, şimdi buna bir çözüm bulalım. Elini başının üstüne koy ve oradan onu hayalinde tutup karşına getir. O içindeki geveze şimdi karşında. Elindeki bant ile ağzını bantla. Sonra tekrar alıp başının üstünden, bedenindeki yerine geri koy. Ardından sırt üstü uzan ve aklına bir düşünce geldiğinde hemen; “sıradaki düşünce gelsin” de. En sonunda hiçbir düşünce gelmediği anda gözlerini kapatıp uyu. Bunu her gün yapmanı öneririm. Böylece zihnin boşalır ve içindeki, özündeki bilgenin sesini duymaya başlarsın. Duyduğun sesin zihninden mi yoksa özünden mi geldiğini nasıl anlarsın? Zihinden gelen ses, bir sabotajcı gibi sürekli olumsuz durumlardan bahseder. İçinden, özünden gelen ses ise; ilham veren seslerdir.

Duygusal Sadeleşme: Duygusal sadeleşme için kalbin yolunu izlemelisin. Kalbin haz dolu; neşe, coşku, sevgi, huzur gibi duygular uyandırdığında, o duygunun peşinden git. Kendini ve kalbini bu duygulara aç. Sana ilginç bir uygulama vereceğim. Eminim çok hoşuna gidecek. Şimdi bir kâğıda kocaman “kalbim” yaz. Sonra o kâğıdı yere koy. Nötr yani duygusuz bir ruh hali içine gir, ardından onun üzerine çık. Şimdi bırak, kalbin konuşmaya başlasın. İçinde bulunduğun duruma bakalım kalbin ne diyecek? Belki de zihninle hem fikir olmayacak. Her ne derse desin, ona kulak vermeni öneririm.

Geçmişten Sadeleşme: Geçmişten sadeleşme için bakış açını değiştirmelisin. Zamanında ne yaşandıysa, kim sana ne yaptıysa onu karşına getirip imgelemeni

istiyorum. Ve şimdi söylediklerimi tekrarla: “ …. (isim soyisim) ile yaşadığım durumun artık çözülmesini ve bu duruma hizmet eden enerjiler ve varlıklarının artık enerji alanımdan derhal ve sonsuza dek çekip gitmelerini istiyorum. Artık birbirimize vermiş olduğumuz rollerden kendimizi azat ediyoruz. Kendimizi tamamen ve derinden affediyor ve onaylıyoruz. O halde olsun.”

Yaşamdan Sadeleşme: Kim olursa olsun, ne olursa olsun; senin kişisel olarak büyüyüp, gelişmene engel olan her ne varsa onları hatırlamanı istiyorum. Temiz bir kâğıt almanı ve Sana sadece anlık keyif vermekten öte olmayan her ne varsa onları kâğıdın sol tarafına yazmanı istiyorum. Şimdi onların altına kocaman bir “HAYIR” yazacaksın. Ve hayatında gerçek anlamda onların yerine ne istiyorsan; kâğıdın sağ tarafına yazıp, altına da kocaman bir “EVET” yazarak, katlayıp bir kitabının arasına koyacaksın. Belli bir zaman sonra yaşamında olan ama sana uzun vadede hizmet etmeyen alışkanlıkların ortadan kalkacak ve yerine istediğin, kendi gelişimine hizmet eden alışkanlıklar hayatında yer etmeye başlayacak.

AMAÇ

...

3. GÜN ÖZGÜRLEŞME

TANIM

Özgürleşme derken; bağımlılıklarından özgürleşmen gerektiğinden söz etmekteyim. Her türlü bağımlılık tuzağı; ya eğlenip keyif alacağına ya da içinde bulunduğun acıdan uzaklaşmanı sağlayacağını inandırır. Senin de hayatında eğlence adı altında ve hatta zihinsel, duygusal ve fiziksel olarak sana zarar veren bağımlılıkların var. Başlamadan önce sana hiçbir katkısı olmayan bu bağımlılıklarını not etmeni istiyorum.

“Zihinsel bağımlılıklar”; birçok zihinsel bağımlılıkların var. Bunlardan en önemlileri olan; televizyon ve bilgisayar… Televizyon ile gün içinde düşük titreşimsel enerji yayınları yaparlar. Senin daha ruhun bile duymadan bu yayınlar ile kendilerine bağımlı hale getirirler. Oto kontrol mekanizmanı kaybeder ve hipnoz etkisi altına girersin. O an hayatında daha önemli bir şey olamaz. Sevdiğin bir programı izlerken kendini dışarıdan gözlemle, emin ol çok şaşıracaksın; çünkü o an sen, sen değilsindir. Tamamen robotik bir hal içine girip, dünyanın en önemli işini yapıyormuş gibi ekrana kilitlenmişsindir. Bu düşük titreşimsel enerjiler seni sadece manipüle etmekle kalmıyor aynı zamanda özünden uzaklaşmana da sebep oluyor. Bilgisayar ile de sanal bir gerçeklik oluşturulup, tüm zamanının bu sanal âlemde geçmesi sağlanıyor. O an gerçekten çok mutlu görünüyor olsan da uzun vadede yaşamdan kopuşuna ve yalnız kalmana neden olacaktır. Burada durup, lütfen o anları gözünde canlandır. Gerçekten televizyon ve bilgisayarda geçirdiğin zamana baktığında, kendini tamamen özgür biri olarak mı yoksa kısır döngü batağına batmış biri olarak mı görüyorsun. Eğer kendini o bataklıkta görüyorsan acilen bu zihinsel bağımlılıklardan kurtulmalısın. Aksi takdirde, özünden gelen bilgeliği açığa çıkaramayacak ve kendi varlığına uyanamayacaksın.

“Duygusal bağımlılıklar”; her birinizin duygu kapları vardır. Bunlar küçük yaşta doldurulmadığında büyüyünce ilişki yaşadığınız kişilerden almaya çalışırsınız. İlgi görmek, sevilmek, takdir edilmek ve onaylanmak istersiniz. Aile içinde bu duygusal tatminleri yaşayamadığınızda, ilişki içinde olduğunuz partnerinize karşı duygu dilencisi haline gelirsiniz.

“Fiziksel bağımlılıklar”; uyuşturucu ve uyarıcı etkisi olan maddeler vardır ve kullanıldığında kendine bağımlı hale getirir. İnsanlar bu maddeleri kullandıklarında kendilerini iyi hissettiklerine şahit olmuşlardır. Aslında yaşadıkları acıdan kaçmak, o an üstünü örtmektir. Bu maddeler tabii ki bir çözüm değildir. Pişmanlıklarından, suçluluk duygusundan ya da duygusal bağımlı olduğu bir tanıdığının hayatından çıkmasından dolayı yaşadığı acıyla baş etmek için kullandıkları maddelerin bir çözüm değil tuzak olduğunu fark edebilseler bile; vücutlarının ihtiyaç duyduğu madde eksikliğinden kendilerini daha da kötü hissetmeye başlarlar. Acıdan kaçmak için zehir içerek iyi olacağını düşünmek sadece duygu bağımlılarının yapacağı bir şeydir. Bu ihtiyaç duydukları ‘’duygu tatminine’’ ulaşamadıkları için dışarıdan fiziksel olan maddelere bağımlı oluyorlar.

Sevgili varlık, sen de bu bilgiler ışığında şu an kendine bak ve lütfen kendine bile itiraf etmekten çekindiğin bağımlılıklarını kâğıdına yazmaya devam et. Birazdan o bağımlılıklarınla ilgili bir çalışma yapacağız.

UYGULAMA

Öğretiye başlarken not ettiğin ve hayatından çıkarmak istediğin bağımlılıklar listeni, “dönüştürme” uygulamasında olduğu gibi yapmanı istiyorum. Şimdi şu niyette bulun ve ardından kâğıdı yak.

- ✓ Ben, … (adın ve soyadın) kim olduğuma uyanma sürecimde, beni tutup, engelleyen ve kendi ruhsallığıma ve kendi değerime yakışmayan bu bağımlılıklarımdan kurtulmayı ve arınmayı seçiyorum. Bunun için ilahi ruhsal varlıkları çağırıyor ve onların da benim bu şifalanma sürecimde yanımda olmalarını talep ediyorum.

AMAÇ

Bu niyette bulunduktan sonra 3 gün boyunca seni bağımlı tutan her ne ise; onu yapmayı ve kullanmayı bırak. Öğretiye devam edip uygulamaları yaptığın sürece, o bağımlılıklardan tamamen özgürleşeceksin.

4. GÜN SEVME

TANIM

Sevgi nedir, nasıl bir şeydir, nerede bulunur ya da üretilir hiç düşündün mü?

1- Sevgi sanıldığının aksine kalp tarafından ya da bir insanın herhangi başka bir organı tarafından üretilmez. Sevgi bir duygu değildir. O olma halidir. O gerçek özün ışığıdır. Sevgiyi kalbinizde hissetmenizin sebebi; orasının duygu merkezi olmasındandır.

2- Sevgi, varoluşun temel kaynağı, yaratılışın ana malzemesidir. O bedeninin bir arada kalmasını sağlayan kozmik zamktır. Tüm hücreler, en küçük partiküller, atomlar, atom altı parçacıklar hepsi, bu kozmik zamk ile birbirine bağlıdır.

3- Sevgi; birinin, bir başkasına hissettiği bir duygu değildir. Sevgi; içimizde açığa çıkıp, dışa doğru yayılır. Birini seviyorum demen, sendeki sevgi yayınının başlamasını tetiklediği içindir. Aslında bu yayını başlatmak için herhangi bir tetikleyiciye de ihtiyacın yoktur. Senin varlığının özü sevgidir. Onu açığa çıkartıp yaydığında sevgi, seni ruhsal bir haz içine sokar. Her varlığın olmasını arzu ettiğimiz hal budur. Sevgiyle ışıdığınızda, tüm evreni kucaklamış olursunuz. Damarlarınızda kan değil, sevgi akar ve baktığınız her yerde sevgiden başka bir şey görmezsiniz.

4- Özümüzün ışığı sevgidir. Hem siz insanların, hem biz meleklerin… Işık ve sevgi varlıklarıyız. Sevgi aydınlanmış bir varlığın olma halidir. Sevgi, varlığınızın en derinlerinde ışıldamaktadır.

Korku, sevginin yokluğudur. Gerçekte, içinde sevgi olmayan tek bir varlık bile yoktur. Sadece korku bazlı düşünceler ve ego, sevgiyi özün içinde hapis tutmaktadır. Bu yüzden; hiçbir şekilde sevgiyi hissedememektedirler. Kavram olarak duydukları için, birinden hoşlandıklarında seviyorum derler. Bazen de, beğendiklerinde ya da sahiplendiklerinde söylerler. İnsanların çoğu, ruhsal düzeyde huşu içinde olma deneyimlerini yaşayamıyorlar. Sadece sözde, sevgiden bahsederken, beklentilerine cevap alamadıklarında duygusal patlamalar içinde oluyorlar. Sevgiyi açığa çıkaramadıklarından, korku bazlı düşüncelerin duygusal yansımalarını yaşamak durumunda kalıyorlar.

5- Huşu veren, ruhsal haz hali içinde olmamızı sağlayan şeydir; sevgi. Koşullara ya da çıkarcı beklentilere göre şekil alan bir şey değildir. Sevgi; içinizden açığa çıkar ve çevrenizdeki herkesi ve her şeyi sarar. Burada, onu seviyorum ama berikini sevmiyorum diye bir durum söz konusu olamaz. Adına sevgi dediğimiz bu kozmik zamk ile birbirimize bağlıyızdır; aynı varlığın farklı hücreleri gibi… Hepiniz bu zamk ile birbirinize doğru çekilirsiniz. Ancak egodan dolayı zihninizi devreye sokar, hislerinize bir anlam vermek istersiniz. Beni seviyor acaba nasıl seviyor: arkadaş gibi mi, kardeş gibi mi yoksa sevgili gibi mi? Sevgi tektir ve o da koşulsuzdur. Durumlara ya da şartlara göre değişkenlik göstermez. Sevgili varlık, şunu bilmelisin: birini seviyorum dediğinde, “bendeki sevgi sana akıyor” demek istiyorsun. Ve karşındaki de bunu hissettiğinde sana ‘seni seviyorum’ diyor. Bilmen gereken şu: sevgi sevende değil, sevilende açığa çıkar.

Sevilen varlık, o sevgiden mayışır, içi kıpır kıpır olur. Ve ona sevgi ile dokunan varlığa “seni seviyorum” der. Bir kedi düşün, zıplayıp kucağına oturduğunda sen onu sevmiyorsun. O sana sevgisini veriyor. O anda sen ona dokunarak eylemsel olarak seviyorsun onu. Asıl gerçekte ise, o seni seviyor, ruhuna dokunuyor. O yüzden sen de artık birini seviyorum dediğinde, “demek ki; bana sevgisi geliyor, sevgisiyle bana dokunuyor” diye anlamalısın.

UYGULAMA

Özündeki sevgiyi açığa çıkartıp o huşu içine girmen için şu niyette bulunmanı istiyorum.

- ✓ Ben …. (isim, soy isim) evrendeki en güzel yaratıcı enerji olan sevgiye kalbimin kapılarını açıyorum. İçimdeki dişil yanım olan Shekinah'ımı çağırıyorum. Onunla kucaklaşıyorum ve bana verdiği şefkati kabul ediyorum. Tüm benliğimin bu şefkat duygusuyla kaplanmasına izin veriyorum. Bedenimi ve sevdiklerimi 'sevgi ve şefkat küremin' içine alıyorum. Onlarla bu kürenin içinde kucaklaşıyorum.

AMAÇ

Bu niyette bulunduktan sonra sırt üstü uzan ve şefkatin meleği olan Shekinah'ın kollarında o muhteşem huşu verici deneyimi yaşa. Böylece ihtiyacın olan sevgi kabında başkalarına bağımlı olmana gerek kalmadan dolacaktır.

5. GÜN KİŞİSELLEŞTİRME

TANIM

Kişiselleştirme derken; dışarıdan ya da atalarından DNA'na kadar işlemiş içeriden gelen telkinleri değerlendirmeyi bırakmanı; senin kendinle ilgili olumsuz düşüncelerinde nasıl bir nitelendirmen varsa onu kabul etmemeni ve sana yapıştırılan etiketleri üzerinden çıkartman gerektiğini söylüyorum.

Başkalarının seni nasıl gördüğü değil, senin kendini nasıl gördüğün önemlidir. Eğer, karşındaki kişi seninle ilgili bir yargıya vararak: "sen tembelsin, yalancısın, sahtekârsın, başarısızsın" gibi kişiliğine yönelik nitelendirmelerde bulunuyorlarsa; gerçekten doğru söylediklerini düşünsen bile bunları kabul etme, onlarla hem fikir içinde olma. Çünkü verilen telkini, yargıyı, etiketi kabul ettiğinde, bilinçaltına; "beni böyle bir kişi haline getir" mesajı veriyorsun.

Bir insan karşına çıkıp, senin nasıl bir insan olduğunu söylüyor ve sen de bunu kabul ediyorsan, öyle bir kişi olmasan dahi, derin yapında bir değişim oluyor. Buna "sözle yapılan büyü" denir.

İnsanlar, kimlik boyutundaki nitelendirmeleri kabul ettiklerinde, kendilerini bilmeden, öyle bir kişiye dönüştürüyorlar.

Söyleneni kabul ettiklerinde, kendilerini programlamış oluyorlar. Sonra da *"ne yapayım, Tanrı beni böyle yaratmış"* diyorlar.

İnsanların senin hakkındaki konuşmaları esnasında çok ciddi bir rahatsızlık hissediyor ve kendini savunmaya çekilmiş buluyorsan, orada dur ve eline temiz bir kâğıt alıp ona not et. Bunlar senin sende olan ama gerçek senle hiç bir ilgisi olmayan özelliklerindir. Bunları dönüştürüp, fabrika ayarlarına geri dönmen için, her birini bul ve kâğıdına yaz.

UYGULAMA

Rahatsız olduğun kişiler, senin iç dünyanın yansımasıdır. Aynan olan kişileri bul ve onun hangi davranışlarından, özelliklerinden rahatsız olduğunu not et.

Hangi lakaplardan, etiketlerden, eleştirilerden rahatsız oluyorsun onları da not et.

Kendinde gördüğün ve sevmediğin, rahatsız olduğun özelliklerini de not et.

Şimdi, kâğıdında yazan her bir kelime için şunu söylemeni istiyorum:

- ✓ "Benim... (kâğıtta yazan kelime) olma özelliğim var. Aslında ben öyle bir insan olduğumu sanıyorum. Kendi değerime yakışmayacak bu nitelendirmeyi kabul ettiğim için; kendimi tamamen ve derinden affediyor ve onaylıyorum. Kişiliğime işlemiş olan bu özellikleri artık kabul etmiyorum. Bu benzetmelerden, nitelendirmelerden uzağım.

Dünyaya geldiğimde DNA'mda kayıtlı olan öz varlık özelliklerimin tekrar devreye girmesine niyet ediyorum. Bunun dışında olan ve artık benim enerji alanımda bulunmalarına gerek olmayan, bu büyüsel etkilerin çözülmesini, derhal ve sonsuza dek alanımdan çıkıp gitmelerini seçiyorum."

AMAÇ

Hangi etkilere maruz kaldığını nasıl fark edebileceğini ve bunları nasıl dönüştürebileceğinin metodunu öğrenmek ister misin?

6. GÜN DEĞİŞİM

TANIM

Sevgili varlık, değişim, arınmayla olur. Arınma; insanların onlara verdiğin rolleri yerine getirmesi sonucu içe yaptığın dönüşlerle ve ruhsal arınma tekniklerini uygulayarak gerçekleşir. Sen kendin için bir şey yapmazsan, hayat sana, önünde sonunda arınmanı sağlayacak bir deneyim yaşatacaktır. O zaman kendine bakma fırsatı ve hayatını yeniden gözden geçirmen mümkün olacaktır. Sen bu yaşına kadar sırtına aldığın yüklerle devam ediyorsun. Eğer; sen kendin, o sırtındaki yükleri atmazsan, bir gün tökezleyip düşer ve o zaman onlardan kurtulursun. Elbette ki; böyle bir deneyime gerek duymadan da arınman mümkün. Kendinin farkında ol! Bu zamana kadar kimlerin yükünü sırtlandın? Kimlerin sorumluluğunu aldın? Yapman gereken; aldığın yükleri onlara teslim etmektir. Bırak herkes kendi yükünü taşısın. Sen başkalarının yükünü taşıdığında, aşırı yüklendiğin için gerginleşiyor ve strese giriyorsun. Yükünü aldığın kişi ise; tembelleşip, rahatlık alanına giriyor. Hayat müşterektir. Herkes kendi taşıyacağı yükü taşımalıdır. Hayatında ciddi bir değişim istiyorsan öncelikle o yüklerden kurtulmayı bilmelisin.

Değişim, evrimleşmenin aracıdır. Ruhsal evrim; değişim ile olur, tekâmül; değişim ile olur. Sadece ruhsal olarak değil, bu hayatta da istediğin kişiye dönüşmen, değişime olan direnci bırakmakla olur.

UYGULAMA

- ✓ *"Ben… (isim, soyisim). Ruhumun ve yüksek benliğimin benim için oluşturduğu, o harika hayatı deneyimlemeyi seçiyorum; çünkü biliyorum ki;*

benim için en güzellini yaratmaktadırlar. Ben kendi kısıtlı algımla oluşturmak istediğim gerçeklik yerine, benim değişimim ve gelişimim için hazırlanan realiteyi yaşamayı seçiyorum. Olan ne ise onu olduğu gibi kabul ediyorum. Bu deneyimleri ruhsal tekâmülüm için kabul ediyorum. Şimdi Başmelek Metatron'dan bana teslimiyet enerjisini vermesini talep ediyorum."

Başmelek Metatron uyumlama yaparken, sırt üstü uzan ellerinin avuç içleri açık şekilde yanlarında olsun. Bu uyumlanma 20 dakika sürecektir.

AMAÇ

İç dünyanın kirlenmesine sebep olan olumsuz düşünce kalıpların ortadan kalktıkça, ışıl ışıl parlamaya başlıyorsun; çünkü bilmelisin ki, çamurun içindeki bir elmas gibisin. Bu öğretilere devam ettikçe üzerindeki çamur giderek azalacak ve ışığın daha da çok parlayacak. Şimdiden, iç dünyandaki değişimin, dış dünyana olan yansımasını görebilirsin

7. GÜN NETLEŞTİRME

TANIM

Netleştirme derken; açık ve net bir şekilde duygu ve düşünceleri, beden ve söz aracılığıyla ifade edebilmekten bahsediyorum.

Davranış; düşüncelerin meydana getirdiği duyguların dışavurumudur. Sen, sevgili varlık; duygularını, düşüncelerini dışa vurmadığın sürece anlaşılamazsın. Biliyorum, bazen kendini ifade etmeden, duygusal bir durum içine girip; *"bana ne, beni anlasın işte"* gibi cümleler kurup, tavır alabiliyorsun.

UYGULAMA

Karşınızdaki kişi ile girdiğiniz diyalog sonucunda, söylediği bir söz ya da yapmış olduğu bir davranış canınızı sıkmak üzereyken, orada durun ve karışınızdakine açık ve net bir şekilde şunları sorun:

1. Söylediklerinizden bunu anlıyorum, doğru mu anlamışım?
2. Ne demek istiyorsunuz, biraz daha açık olur musunuz?
3. Benimle ilgili bu kanıya nasıl vardınız, size bunu söyleten nedir?

Sevgili varlık; susup, küsüp, içe atmak yerine; karşındaki kişiye soru sorup niyetini tam olarak anlamaya çalış ve netleştirdikten sonra ona göre tepkini ver.

AMAÇ

Herkesin, kullandığı kelime aynı olsa da kelimeye yükledikleri anlam farklı olabiliyor. Bu yüzden, kavram karmaşıklığının önüne geçmek için, soruların gücünden yararlanmak gerekiyor. Sevgili varlık, karşındaki kişinin sözlerinden veya davranışlarından hoşuna gitmeyen bir mesaj algıladığında; "bunu mu demek istedin?" demekten çekinme.

8. GÜN SEVİŞME

TANIM

“Sevişme” derken; kalpten sevdiğin kişiyle bir bütün olma halinden söz ediyorum. Sevişme; çiftleşmek değil, tekleşmek demektir. Birleşip bütünleşen sadece fiziksel beden değil, zihin ve ruhtur da. Kalbinde sevgi duyduğun kişiyle cinsel birliktelik yaşadığında açığa çıkan enerji, sizi belli bir titreşimde titreştirir. Aynı rezoransta, aynı frekansta olursunuz. İçinizdeki sevgi ve ışık birleşir ve böylece kozmik orgazmı deneyimlersiniz. Bu hal içindeyken, zihinsizlik içindesinizdir. İşte o zaman ruhlarınız dans etmeye başlar. Birbirinize dokunan elleriniz değil, ruhunuzdur. Ruhsal haz durumuna ulaştığınızda makro birliği deneyimlemiş olursunuz.

Sevişme, sadece içinde bulunduğunuz boyutta gerçekleşen bir eylem değildir. O içinizdeki kapıların açılmasını da sağlar. Böylece çok boyutlu benliklerinize evrimleşirsiniz.

Cinselliğin amacı; sadece üremek değildir, her ne kadar dışarıdan öyle görünse bile… Aslında, amaç; süper bilince ulaşmaktır. Zen rahipleri bunu 5000 yıl önce keşfetmiştir. Çağınızın bilginlerinden Osho, konuyla ilgili olarak öğretilerinde seksten süper bilince sıçramadan bahsetmiştir.

Evliliklerde sadece görev gereği, birlikte olan çiftler var. Hiçbir şey hissetmeden bu eylemi sürdürüyorlar. Sadece fiziksel olarak ihtiyaç giderme ya da üreme amaçlı bu deneyimi yaşıyorlar.

UYGULAMA

1. Sevgilinle, yüz yüze gelecek şekilde oturmanı istiyorum. Ağızlarınız açık şekilde birbirinize yakın olacaksınız. Sen nefes verirken o ağzından nefes alacak, o nefes verirken sen ağzınla nefes alacaksın. Bunu 5 dakika boyunca uygulayın. Ardından, adına ruhların dansı dediğim uygulamaya geçin. Normal zamanlarınızdaki birlikteliklerinizden çok farklı olduğunu göreceksiniz.

2. Sevgilinle yine karşılıklı oturmanı ve gözlerini kapatmanı istiyorum. Şimdi; cinsel bölgendeki enerjiyi nefes alarak çekip içeriden başının üstüne getirecek ve oradan da enerjiyi çıkartıp, sevgilinin başının üstünden, cinsel bölgesine doğru aktığını imgeleyeceksin. Bu çalışma da birbirinize doğru bir çekim oluşturur, aranızdaki sevgiyi artırır. Ruhların dansı eylemine geçtiğinizde aldığınız ruhsal haz katlanacaktır.

Sevişmelerini, ruhsal bir ritüel haline getir. Gerçekten bunu başardığında, sevişmeyle ilgili tüm önyargıların ve tabuların ortadan kalkacak. Süper bilince giden yolda, kendi sınırlarının dışına çıkacak ve ruhsal yükselişe geçebileceksin.

AMAÇ

Ruhsal tekâmül için gerekli olan ruhsal hazza ulaşman.

9. GÜN SABRETME

TANIM

“Sabretme” derken, aceleci olmaman gerektiğinden bahsediyorum. Sadece olmasını istediğin, beklediğin bir şeyin gerçekleşmesi için değil, kendi gelişimin için de kendi merkezinde kalmandan ve dinginlik halini korumandan bahsediyorum.

“Sabretme”, senin içsel dünyana yolculuk yapmanda dengede kalmana ve kendi içinde derinleşmene zemin hazırlar. Sabırlı olmakla sabretme arasında ince bir çizgi vardır. “Sabırlı olmak”; beklediği işin, durumun gerçekleşmesi için kendini dizginlemeye çalışmaktır. Yapı itibariyle kendi merkezinde demirlenememiş kişilere söylenen bir sözdür. Kendini zapt etmede zorlanan kişilerden şöyle bir cümle duyabilirsin: *“Tanrım bana sabır ver ama lütfen çabuk ol!”* Sabırlı olmaya çalışan kişi, beklediği durumun gerçekleşmesine ya da içinde bulunduğu andan kurtulmak için zaman tutan kişidir. Bu kişilere sebatkâr olmayan kişi denir. Acelecidir, anda kalamaz, beklentiyle yaşar. Beklenti hayatın virüsü olduğu için; anı kaçırmasına neden olur ve “şimdinin” güzelliklerini görmesini engeller.

Sabırlı olmaya çalışma, sebatkâr bir insan değilsen. Hayatın güzelliklerini yakalayan, farkındalığı yüksek insanlar asla içinde bulunduğu durumdan kurtulmak için sabırlı olmaya çalışmazlar keza onlar zaten sebatkâr insanlardır. Herhangi bir şekilde içinde bulundukları durumdan kurtulmak için çırpınmazlar. Onlara sorsan; *“bu durumla nasıl baş ediyorsun”* diye. Alacağın cevap şudur: *“ben zaten böyle biriyim.”* Evet, sevgili varlık sen de nasıl bir insansan öyle davran, kendinin dışındaki bir kişi olmaya çalışırsan en sonunda patlarsın ve Tanrından sabır dilenirsin. Sen neysen osun.

Sabırlı olmada zorlanıyorsun; çünkü yapı itibariyle sabırlı biri değilsin. Sabırlı biri olmak istiyorsan, sebatkâr bir insana dönüşmen gerekiyor. O zaman sabırlı olmak için bir çaba sarf etmene gerek kalmaz; çünkü olanı olduğu gibi gören ve andan keyif alan birine dönüşmüşsündür.

Sabreden insan ise; yaşamına bir bilgelikle bakar. İçinde bulunduğu durumla baş etmek için kendi merkezinde demirlenmiş, dinginliğini koruyan ve dengede olan, bu sebeple duygusal patlama yaşamayan, sağlıklı bir zihne sahip olan kişidir. Sabreden kişi, sabırlı olmaya çalışmaz, çünkü zaten sebatkâr bir insandır.

UYGULAMA

İnsanları istemedikçe değiştiremezsin ama onlarla nasıl bir yol haritası çizeceğini belirleyebilirsin. Bunun için sessizliğin gücünden yararlanmalısın. Şimdi loş bir ortamda sırt üstü uzan, ellerini iki yanına koy ve gözlerini kapat. Bu hal içindeyken karanlığı çağır. Her yer tamamen zifiri karanlık olduğunda, karanlığın içinde küçük bir ışık yak. O ışık yavaş yavaş büyüsün ve tüm benliğini sarsın. Bu hal içinde sessizce ve hiçbir şey düşünmeden kal. Sessizliğin huzur veren enerjisi, aldığın nefesle en derinlerine kadar işlesin. Bu hal içindeyken, gün içinde yaşadığın canını sıkan ve sabır gösteremeyip duygusal patlama yaşadığın ana odaklan. Bu huzur dolu duygular içinde olsaydın nasıl bir tepki verirdin? Şimdi, o şekilde bakmanı ve nelerin farklı olduğunu görmeni istiyorum. Bir yandan derin derin nefes alıyor ve nötür bir halde, sanki başkasının deneyimini izler gibi bakmaya devam ediyorsun. Görüntüye bakarken olumlu tepkiler verdiğini görmeye başlıyorsun.

Karşındaki kişiyle, o negatif duygulardan arınmış bir şekilde konuşuyorsun. Her şey tatlıya bağlanıyor. O kişiye olan bakışın olumlu olarak değişiyor. Daha anlayışlı biri haline geliyorsun. Sessizliğin içindeki huzur her yanını sarıyor ve giderek dinginleşiyor ve sakinleşiyorsun. Şimdi kendi merkezine demir at ve orada bu huzur dolu hazzı deneyimlemeye devam et. Tamamen sakinleştiğinde yavaşça gözlerini açıp, kendi hızında şimdiye gelebilirsin.

Bu uygulama 20-30 dakika yapılmalıdır. Her ne zaman canını sıkan, duygusal patlama yaşadığın, anlayış gösteremediğin durumlar olduğunda, bu uygulamayı yap. Bugünkü öğretimizin de sonuna geldik.

AMAÇ

Sadece olumsuz kalıplarından kurtulmak değil, onların yerine daha yüksekten bakabilmeni sağlayan bir bilgelik kazanmandır.

10. GÜN TOPLUMSAL BİLİNÇ

TANIM

Kitlesel olarak, bir şeyin değerli olduğuna inandırıldıktan sonra tüm yaşamınızda, onun peşinden koşmaya şartlandırılırsınız. Gerçekte ise değerli olan tek bir şey var, o da sizsiniz! İhtiyacınız olan tek şey kendinizsiniz. O yüzden; size vaat edilen şeylere ulaşmak için, kendi değerinizi, gücünüzü bir kenara bırakıp, onun peşinden koşmak; önüne birer tane elmas ve nohut konulan tavuğun hikâyesine benzemektedir. Tavuk, elmasın değerli olduğunu bilmediğinden nohudun peşinden gider. Siz de kendi değerinizi bilmediğinizden size ulaşılmaz gibi görünen şeyler için hayal kurarsınız. Bunlar toplum bilincine işlemiş ve şartlanma altına sokularak sizi manipüle eden durumlardır. Gerçekte, yaratıcı olan siz, kendi yarattığınız maddenin peşinden koşuyorsunuz. Yukarıdan bakıldığında bu gerçekten kozmik bir şaka gibi… Tek bir kural vardı yaratılışta, o da; istediğin maddeyi yaratabilmen ama yarattığın maddeye bağımlı olmamandı. İnsanlar önce heykeller yarattılar, ona tapındılar, kutsal atfedip uğruna savaştılar. Ardından adına inanç dedikleri fikirleri benimseyip, o fikirler uğruna savaştılar. Sonra “para” diye bir şey yarattılar, onu da kendilerinin üzerinde bir değer görüp, onu kazanmak için savaş verdiler. Bunlar birer tuzaktır! Bunlar atalarından sana kadar gelen bir mücadele savaşı ve sizleri kendi kontrollerinde tutmak isteyen güçler tarafından oluşturulmuş birer “kontrol mekanizmalarıdır.” Bunlar neden yapılıyor? Neden insan, koşuşturma içine sokuluyor? Bunu hiç düşündün mü? Hem içindeki özündeki güçle, evrenleri yaratacak bir güce sahip olacaksın, hem de yarattığın bir şeyin peşinden koşacaksın. Bunun için karşındakine zarar bile verebilir duruma geleceksin.

UYGULAMA

Yapılan yayınlarla kitlesel olarak uyutulmaya devam ettiğinizi söylemiştim. Şimdi bu durumdan kurtulmak için, hem bu yayınların kesilmesi, hem de kendi hayatınızı yeniden şekillendirmeniz için iki farklı uygulama vereceğim.

1. *“Ben… (isim, soyisim) belli bir zihinsel programda kalıp, o doğrultuda hareket etmeme sebep olan, toplum bilincine işlemiş manipülasyonlardan kurtulmak için Lord Amâdeus’u çağırıyorum. Onun asasındaki güçlü “mavi şimşek enerji” ile bu*

yayınları durdurmasını talep ediyorum. Böylece, o etkilerden kurtulup, içsel gücümü elime alarak, kim olduğuma uyanmaya niyet ediyorum."

2. Hayatında gerçekleştirmek istediğin her ne varsa onu gözünde canlandırmanı istiyorum. Önce kendini bir kürenin içinde görecek şekilde hayal et. Sonra o kürenin dışına çık ve gelecekte olmasını istediğin hayata bak. Neler yaptığını, nasıl bir ortamda bulunduğunu gör, ardından o gelecekteki kürenin içine gir ve kendi gözünden yaşadıklarına bak. Ne görüyorsan gör, ne duyuyorsan duy, ne hissediyorsan hisset. Şimdi, o hayalini kurduğun görüntünün dışına çık. Olmasını istediğin "potansiyel gerçeklik küren" yavaş yavaş şimdideki senin bulunduğun küreyle birleşmeye başlasın. Küreler tam olarak birleştiğinde, gözlerini kapat ve o geleceğin gerçekliğinin sana şimdideki hissiyatına bak. Nasıl bir his geliyor? Heyecan verici duygular hissettiğinde kendi hızında şimdiye gel ve gözlerini aç.

AMAÇ

Özüne ulaştığında, kendinle ilgili düşüncelerini ve tanımlamalarını tekrar gözden geçirmeye başlayacaksın. Senin kendinle ilgili bildiğin sadece, senin ya da başkalarının seninle ilgili tanımlamalarıydı. Sen bu nitelendirmelerden berisin. Gerçek senle ilgili en ufak bir fikrin yok! Bunu sana söylemenin de bir yararı yok. Bunu kendin keşfedecek ve kendi eşsizliğini açığa çıkarttığında ne denmek istendiğini o zaman anlayacaksın.

Kendinize uyanmanızın önüne geçmektir. Bu yüzden belli bir sınır içinde yaşamanıza izin verilir.

11. GÜN FREKANS BEKÇİSİ OLMA

TANIM

Siz suyun dışından, suyun içine baktığınızda nasıl bir algı içinde oluyorsanız, biz de sizi ve yaşamınızı ancak o şekilde algılıyoruz. Ancak suyun içindeki sizin yanınıza insan olarak doğduğumuzda tam olarak sizin bakış açınıza sahip olabiliyoruz. Bu yüzden hiç insan olma deneyimi yaşamamış bizim gibi üst meleklerin, siz insanlara rehberlik etmemiz de zorlaşıyor. Sadece ışığı parlayan ruhları net olarak algılayabiliyoruz. Bundan dolayı; titreşimsel olarak güçlü, üst düzey varlıklar dikkatimizden kaçmıyor.

UYGULAMA

Sevgili varlık; bugünkü uygulamamız diğerlerinden biraz farklı olacak. Bu uygulamayı yapmamızın amacı; "en iyi öğrenme, öğretmektir" prensibinden dolayı, öğretiyi başkalarına anlatman olacak. Çevrende, değer verdiğin 3 kişi seç ve onların her birine bu öğretilerden öğrendiğin bir konuyu anlat. Aklında ne kaldıysa onları anlatmanı istiyorum. Böylece hem sen öğretiyi içselleştirmiş olacak hem de sevip, değer verdiğin kişilerde uyandırılmanın eşiğine gelecekler. Buradaki amaç; her insana ulaşmaktır. Alt boyutta olanlar da tekâmül edip yükseldiklerinde, kitlesel olarak yükselişte mümkün olacaktır.

Kim olduğunuza uyanma sürecinizde her zaman yanınızdayız. “Frekans bekçisi” olarak göreviniz, öğretiyi anlatarak paylaşmaktır. Böylece; dostlarınızın da ışığı daha çok parlayacak ve onlara da rehberlik yapmamız mümkün olacaktır.

AMAÇ

Frekansı belli seviyede olan kişilere rehberlik etmemizin mümkün olmadığını ve onlara da ulaşabilmek için, sizin gibi gelişmiş ruhlara ihtiyaç duyduğumuzu söylemeliyiz. Sizler; alt boyuttaki insanlarla bizler arasında köprü görevi görüyorsunuz. Böylece, hücresel düzeyde onlarda tetiklenmeye başlayacaklardır.

12. GÜN İŞARETLERİ İZLEME

TANIM

Bizlerin birçok rehberlik yöntemi vardır. En çok kullandığımız yöntem ise; rüyalardır. Sormuş olduğunuz sorunun cevabını, size eşzamanlılıkta sunarız. O an cevabınızı, radyoda çalan bir şarkıdan, televizyondaki haber spikerinden, birinin telefondaki sevgilisine söyledi sözden duyabilirsiniz. Birçoğunuz bunlara “tesadüf” diyerek geçersiniz. Bunlar bizim size mesajımızı verme yollarımızdır.

Birçok insan dua eder ancak bir yanıt alamadığından yakınır. Sizler, iletişim aracı olarak Tanrı’nın ya da meleklerinin karşınıza çıkıp konuşmasını bekliyorsunuz. Bu asla olmaz, olamaz. Sizin planetinizdeki enerjinin, titreşimsel yoğunluğu sebebiyle, bizlerin gözle görünür olması mümkün değildir. Bu olsa bile sizin algısal bakışınızdan dolayı, bizi göremezsiniz. Varlığımızın büyüklüğünü algılayamazsınız. O yüzden sizinle kurabildiğimiz en doğru iletişim yolu; işaretlerdir.

UYGULAMA

Sevgili varlık; gelen bilginin senin cevabın olup olmadığını anlaman için, aşağıdaki iki koşulun gerçekleşip gerçekleşmediğine bak. Böyle bir durumla karşı karşıyaysan hiç düşünmeden o teklifi kabul et; çünkü biz senin istediğin çözümü sunmak için sana gelmişizdir.

1. İçinden çıkamadığın ve acil çözüm bulman gereken bir durumla karşı karşıyasın.

2. Sorununun farkında olmayan, kişi ya da kişiler senin ihtiyacına yönelik bir teklifte bulunuyorlar.

Bu iki şart gerçekleştiğinde gelen teklifi kabul edersen, içinde bulunduğun sorundan kurtulursun. Bu iki koşul senin işaretin olsun. Bu işaretleri gözlemle, koşullar gerçekleştiğinde de bizim senin yanında olduğumuzu bil.

AMAÇ

Cevap sana her yerden gelebilir sadece farkındalığını aç! Dış dünyada duyduğun bir söz, gördüğün bir nesne senin cevabın olabilir.

13. GÜN DENGE

TANIM

Yaratılışta ve varoluşta her şey denge üzerine kurulmuştur. Her şey, zıttı ile mevcuttur. Bir güç karşıt güçle dengelenir: sıcak-soğuk, iyi-kötü, güzel-çirkin gibi… Bu kavramsal zıtların dışında; madde-antimadde, kadın-erkek gibi karşıt güçlerin birlikteliğinden oluşan dengeler de vardır. Biz öğretimizde kadın ve erkeklerin birlikteliğinden oluşan dengeden bahsedeceğiz.

Kadın, içgüdüsel bir varlıktır. Anne olma potansiyelinden dolayı, yaratılış itibariyle daha duyarlıdır. Erkek ise duygusallıktan ziyade düşünsel yetisini ortaya koyar. Erkek ne yapılması gerektiğini düşünürken, kadın sezgisel yanıyla nasıl olunması gerektiğini gösterir. Erkekler ve kadınlar dış yapı itibariyle benzer, içyapı itibariyle ise tamamen zıt varlıklardır. Erkeğin ve kadının bir arada dengede olabilmeleri; suyun ve ateşin bir arada olmasına benzer. Ateş suyu buharlaştırırken, su da ateşi söndürmeye çalışır. Aralarında bir güç savaşı vardır. Ancak araya “sevgi” girdiğinde ne su ateşi söndürmeye kalkar, ne de ateş suyu buharlaştırmaya…

Kadın ve erkek; sevginin birleştirici gücüyle bir potada erir ve neticesinde ortaya uyumlu bir çift çıkar. Kadın ve erkek ancak birbirleriyle enerjisel anlamda karıştıklarında aralarındaki güç savaşı biter, yerini tam bir denge alır. Bu dengeye, doğu mistisizminde tao denmektedir. Karşıt zıtların birlikteliğidir tao. Yin-yang ve Davut’un yıldızı da taoya örnektir. Karşıtların birlikteliği bütünü oluşturur. En büyük denge, zıddını kucaklamakla olur!

UYGULAMA

Sevgili varlık, kadın-erkek ilişkisi içerisinde karşı tarafı suçlamak yerine onun yapı itibariyle nasıl bir insan olduğunu keşfe çık. İstediğin kişiye dönüştürmektense, onu olduğu gibi kabul edersen; o da seni olduğun gibi kabul etmeye başlar. İşte o zaman aranızdaki sürtüşme biter ve yerini kocaman bir mutluluk alır.

Bugünkü uygulamamızda; partnerinle ilgili bir şikâyette bulunduğun an, kendinin dışına çıkmanı ve olaya dışarıdan yargısız bakmanı istiyorum. Seni sevdiğinden emin olduğun kişiyle nasıl oluyor da sürtüşme içine giriyorsun? O an bunu gözlemle. Belki karşındaki kişi istediğin tepkileri vermiyor ama seni mutlu ediyor. Bu pencereden bak, karşındakini değiştirmek yerine onun nasıl bir insan olduğunu keşfet. Mutlu bir birliktelik ancak bu şekilde olur.

AMAÇ

Karşıtların birlikteliği bütünü oluşturur. En büyük denge, zıddını kucaklamakla olur!

14. GÜN AYIRT ETME YETENEĞİ

TANIM

Ayırt etme yeteneği; içindeki, özündeki yüksek titreşimli duyguların devreye girmesiyle açığa çıkan bir yetenektir. Birisiyle karşılaştığında daha konuşmaya başlamadan bile o kişiyle ilgili sana enerji akar ve o enerjinin, sendeki duygusal değişiminden dolayı kişi hakkında bir kanıya varabilirsin. Olumlu mu olumsuz mu olduğunu, sana bir fayda mı yoksa zarar mı getireceğini; o anki ortamda oluşan enerjiden algılayabilirsin. Bununla birlikte; alman gereken bilgi karşındaki kişinin ne derece olumlu bir insan olduğuyla da ölçülmemelidir. Zira o kişi ne kadar negatif biri

olursa olsun; senin hayatını yoluna koymanı, virajı dönmeni sağlayacak bir bilgelikle karşına çıkmış olabilir.

Biz genelde mesajlarımızı insanlara, başka insanlar aracılığıyla ulaştırırız.

İşaretleri izleyebilir duruma geldiğinden, ayrım yeteneğini kullanırken de bu özeliğinden istifade edebilirsin. Bu yetilerini devreye sokarak, kendi hayatının rehberi haline gelebilirsin.

Ayırt etme yeteneğini nasıl devreye alacaksın? Karşındakinin senin hayatında taşıyıcı özelliği olup olmadığını nasıl anlayacaksın?
Ayırt etme yeteneği, farkındalığını geliştirmekle olur. Farkındalık, neyin ne olduğunu anlama yeteneğidir. Zihinsizlik hali içinde olan insanlarda açığa çıkan bir özelliktir. Farkındalığı yüksek olan insanlar, içinde bulundukları durumun dışına çıkma, kendilerine ve olana yargısız bakabilme yeteneğine sahip olan insanlardır. Şimdide kalıp, sezgilerini açığa çıkartıp gözlem yapabilen kişilerdir.

Farkındalığını yükselttiğinde, ayırt etme özelliğin gelişir. Böylece; hayatında, kimlerin, senin ruhsal ya da dünyasal olarak gelişiminde katkı sağlayan taşıyıcılar olduğunu ayırt edebilirsin.

İnsanların, senin söylediğin sözleri kabul etmeleri için kim olduğunu ortaya koymalısın. Bu da senin bilge yanındır. Bilgi ışıktır ve sen ışığını yaktığında, insanların yolu aydınlanır ve görünmeyeni görmeye başlarlar; o zaman farkındalıkları yükselir. Senin de farkındalığının yükselmesi için bırak, öğretilerimdeki bilgelik sana ışık tutsun, yolunu ışıklandırsın. Böylece yürümen gereken yolu görebilesin.

UYGULAMA

Ayırt etme yeteneğini açığa çıkartmak için; farkındalığını yükseltmeli; farkındalığını yükseltmek için de şimdide kalıp, olanı yargısız gözlemlemelisin. Bugünkü öğretimizde yapmanı istediğim şey; normalde yargıladığın durumlarda sessiz kalıp içinden şunları söylemen: *“Hiçbir şey göründüğü gibi değildir. Olan ne ise, onu olduğu gibi kabul ediyorum. Ben sadece bir gözlemciyim. Yaşamda var olan her ne ise, onu gözlemlemeyi seçiyorum; çünkü hayat bir döngüden ibarettir.”*

Sevgili varlık, hayata bu şekilde bir bilgelikle bakmaya başladığında, büyük tabloyu da görmeye başlarsın. O zaman yaşamının bir düzen içinde gerçekleştiğini anlar ve olanın sadece mevsimler gibi bir döngü olduğunu idrak edersin. Fark etmen gereken; hayatın bir döngü olduğudur. Bunu da ancak ayrım yeteneğinle fark edebilirsin.

AMAÇ

Burada yapman gereken; neyin ne olduğunu fark ederek, ayrım yeteneğini devreye sokmandır.

15. GÜN BENLİKLERİNİZ

TANIM

Daha önce düşündün mü “ben” derken kimi ya da neyi kast ediyorsun? Varlığının hangi parçasını işaret ediyorsun?

Sizler, kendinizi beden-zihin ve ruh olarak algılıyor ve öyle ifade ediyorsunuz. Ancak ruh hakkında bilmeniz gereken çok şey var. Varlığınız ışınsal yapıdadır ve dünya planetinde var olup, duyguları hafızanıza kaydedebilmek için, fiziksel bedeninizi kullanırsınız. Bu bedeni kullanan yapınız ise “gerçek sizin” sadece küçük bir parçasıdır. Bu parçaya “ben” denir. Gerçekte ise siz; birçok “benden” ibaret olan bir “benler” topluluğusunuz. Buna bir tür boyutta diyebilirsiniz. Yani siz, sadece bir kişi değil, birçok “benden” oluşan bir boyutsunuz. Yaşamınızın bu evresinde, bedeninizi hareket ettiren, yaşamanızı sağlayan “ben”, ruhsal olarak yükseldiğinizde daha yüksek titreşimle titreşen, daha bilge bir “ben” haline gelir. Buna “yükseliş”, “kuantum sıçrama” ya da “boyut atlama” denir. Uzun zamandır görmediğiniz biri size; “çok değişmişsin, arada dağlar kadar fark var” diyorsa, sebebi budur.

Gerçek siz, 144 tane “benden” oluşan bir boyutsunuz. Her biriniz farklı bir insan olarak dünyada yaşayabilecek potansiyeldesiniz. Her bir “beniniz” yükselişi hedefler; çünkü benlerinizin her biri yükseldikçe, “büyük beniniz” de yükselecektir. Bu “büyük bene” siz; “yüksek benlik” diyorsunuz.

Tek bir ruhun, küçük enerji partikülleriyiz. Bu enerji partikülü bir insanın göğüs kafesinde bulunur ve o bedene yaşam verir. Bu “ben” dediğimiz partiküller sadece ruhun bir parçasıdır. Ruhun kendisi değildir. Ruh; herhangi bir fiziksel bedene sığamayacak kadar büyüktür.

Yükseliş sırasında; o, “ben” gidip, yerine bir “üst ben” gelmez. Yükseldiğinizde siz, üst boyuta çıkarsınız ve böylece sizin üstünüzdeki “beninize” de yükselme fırsatı oluşturursunuz. Yani “alt benlikler”, “üst benlikleri” iterler. En sonunda “yüksek benlik” ve dolayısıyla; ruh da yükselir. “Ruhsal tekâmül”, deki amaç; ruhun yükselişi içindir.

UYGULAMA

Sevgili varlık, ruhsal bir varlık olarak yükselebilmen için, alt benliklerinin yükselmesi gerekmektedir. Bunun için, bu uygulamada yapmanı istediğim; her bir alt benliğini çağırman ve onları kendi şefkat dolu yüreğinle kucaklaman… Sen, alt benliklerine sevgi ve şefkat sunduğunda ışığın özlerine akmaya başlar ve yükseliş için bir fırsat oluşturur. Onların yükselişi de senin “ruhsal tekâmülünü” hızlandırır.

Şimdi, onları küçük bir çocuk olarak imgele ve teker teker sarılıp, kucakla. Kalbinden, onların kalbine sevgi aksın. Bu işlemi sessiz, sakin bir ortamda yap. 15-20 dakika boyunca alt benliklerine sevgi ve şefkat gönder. Çalışmayı bitirdiğinde, kendi hızında şimdiye gel ve gözlerini aç.

AMAÇ

Var olan tüm ruhlarda yükseliş gerçekleştiğinde, onların da içinde bulundukları boyut genişler. Bu boyuta; “Kutsal ruh” ya da “Tanrı boyutu” diyebiliriz. Alt mekanizmalar yükseldikçe, üst mekanizmalar da yükselip, boyut atlarlar. Burada; bir alt mekanizma, üst mekanizmanın olduğu yere gelebilir ancak asla o olamaz; çünkü o mekanizma da yükselmektedir.

16. GÜN GENİŞLEME

TANIM

“Genişleme” derken, sistem içindeki mekanizmaların var olma amacının büyümek ve yükselmek olduğundan bahsediyorum. “Genişlemek” yaratışının vuku bulmasını sağlayan prensiptir. Her şeyin sevgi ve ışıktan var olduğu düşünüldüğünde, “genişlemenin” yayılmak olduğu da söylenebilir.

Madde olarak algıladığınız şey; düşük frekansta yayın yapan enerjidir. Bu maddesel yapının titreşimi yükseltildiğinde tamamen “enerji” haline geçer. Biz de söylemekteyiz ki; var olan her şey “enerjiden” ibarettir.

Siz, içinde bulunduğunuz evrende, algısal olarak bir sıçrayış gerçekleştirdiğinizde, idrak düzeyinde bir “genişleme” yaşarsınız. “Kuantum sıçrama” dediğiniz, “boyut atlama” durumuna geldiğinizde de “manyetik alanınız” (aura) genişler. Sizlerin, gelişmişliğiniz, bizim nezdimizde “auranızın” genişliği ve ışığınızın parlaklığıyla ölçülür.

UYGULAMA

Sevgili varlık, hayatının her alanında “genişlemeye” önem vermelisin. Algısal olarak daha açık bir hale geldiğinde zihnin genişler. Görünmeyeni görmeye ve algılamaya başlarsın. Hayata daha geniş bir perspektiften baktığında daha esnek bir kişi haline gelirsin. Bugünkü öğretimizde “genişlemek” yani büyüyüp, gelişmek istiyorsan hayatındaki etki-tepki sürecine bakmalısın; çünkü yükseliş, etkilere olan tepkilerine göre olmaktadır!

Yaşadığın her ne ise; o durumu daha anlayışlı ve esnek bir bakış açısıyla karşıladığında verdiğin tepki de o oranda bilgece olacaktır.

Şimdi geçmişte yaşadığın ve affedemediğin kişileri karşında görmeni istiyorum. Hangi düzeyde bir bilgelik içinde olsaydın, onlara olan tepkin daha olumlu olurdu? İzin ver o bilgelik sende açığa çıksın. Şimdi, bu bilgelikle karşındaki kişiye şunları söylemeni istiyorum.

“Yaşamış olduğumuz, o durumdan dolayı şimdi hayatıma daha bilgece bakabiliyorum. Bu şekilde bakabilmemi sağlayan bir bilgeliğe ulaştım. Bu ve bunun gibi deneyimler sayesinde; büyüdüm, değiştim ve geliştim. Bu süreçte sana vermiş olduğum rolleri hakkıyla yerine getirdiğin için sana teşekkür ediyorum. Yükselebilmem için gerekli olan senaryoyu yerine getirdiğin için teşekkür ediyorum.”

AMAÇ

Genişlemek”, büyümek ve gelişmek demektir. Bu bir canlının tanımıdır. Büyüyüp, gelişen ve hareket eden şey canlıdır. Bu yüzden; içinde bulunduğunuz evren de canlıdır. Galaksilerini; onun organları, yıldızlarını ise; hücreleri olarak atfedebilirsiniz; çünkü yukarıda nasılsa, aşağıda da öyledir.

17. GÜN ENERJİ MERKEZLERİ

TANIM

İnsanlar; enerjiyi alıp, kendi algı süzgecinden geçirip, bilgiyi daha alt idrak düzeyindeki kişilere göre ayarlayıp sunarlar. O yüzden *"anlatabildiklerin karşındakinin anlayabildiği kadardır"* diye söylenmiştir. Her akıl; gelen bilgiyi, varlığına alacak düzeyde bir işlevselliğe sahip değildir. Onun algı kapasitesi; açık görüşlü, esnek ve titreşiminin ne derece yüksek olduğuna göre değişir. Bu durum şu şekilde gerçekleşmektedir: bilgi, foton şeklinde kişinin aurasına gelir; kişi bu bilgiyi algılayabilecek bir frekansa sahipse, oradan kırılarak algı merkezi olan hipatalamusa gelir. Bilgi, oraya geldiğinde, ilham dediğiniz durum gerçekleşmiş olur. Kişi, böylece bilgiyi algılamış olur. Eğer, kişinin frekansına kıyasla gelen foton (bilgi), daha üst düzeyde titreşiyorsa, kişinin aurasından geri yansır, böylece bilgi algılanamaz. Bundan dolayı; frekans bekçisi olarak, gelen bilgileri alıp, çevrenizdekilerin algıladığı seviyeye indirip sunarsanız, onlar da bu bilginin bir kısmından istifade edebilir duruma gelebilirler.
Sizlerin, algısal düzeyinizin genişlemesi için, içsel olarak düşük titreşimli enerjilerden de arınmış olmanız gerekir. Nasıl bir soba kurum tutunca, işlev görmez bir hale geliyorsa, siz de "enerji merkezleriniz" tıkandığında psikolojik ve fiziksel olarak işlev görmez hale geliyorsunuz! Kristalize olmuş, enerjiler, sizlerin; ur, tümör, taş, kist, myom dediğiniz yapıları oluşturuyor. O sebeple, bu enerjiler daha kristalize olmadan bedenden atılması gerekiyor.

Sizler gibi üzerinde yaşadığınız "Gaia" (dünya ana) da "enerji merkezlerine" sahiptir. Ve onun da sizler gibi gaz çıkararak fazla enerjiyi atması gerekir. Gaia'nın da tıpkı bir bebek gibi gazını almak, o enerjileri boşaltmak gerekir. Böylece, o sağlıklı olduğunda, sizlerin de yaşam alanınız güvenli ve sağlıklı olacaktır. Onun, "ley hatları" dediğiniz yapıları, dünyanın damarlarıdır. Bu damarların açık olması, enerji döngüsünün sağlıklı bir şekilde gerçekleşmesini sağlar.

UYGULAMA

1. Fiziksel bedeninizde bulunan "enerji merkezlerinin" olduğu yerden, küçük boru şeklinde bağlar çıkarın ve oradan; tüm düşük titreşimli enerjilerin, dışarı doğru akıp gitmesine izin verin. Görü yeteneğiniz varsa; siyah, kahverengi ve gri renkli enerjilerin aktığını görebilirsiniz. Akışın bittiğini hissettiğinizde, "yüksek benliğinizi" çağırın ve onu karşınızda görün. Ardından o boruların uçlarını, onun "enerji merkezlerinin" olduğu yerlere sokun ve "yüksek benliğinizden" ihtiyacınız olan enerjileri bedeninize akıtmasını rica edin. Bu işlemlerden sonra uyuyabilirsiniz; çünkü "enerji nakli" istirahat etmeyi gerektirir.

2. Gaia'yı karşınızda dişil formda biri olarak imajine edin. Onun her "enerji merkezinden" küçük boru şeklinde bağlar çıkartın. Ve her birinden dışarıya doğru koyu renkli enerjilerin aktığını imgeleyin. Ardından, Gaia'nın "yüksek benliği" olan: "Şandara"yı çağırın. Küçük boru şeklindeki bağları "Şandaranın" "enerji merkezlerine" sokun ve oradan Gaia'nın ihtiyacı olan enerjinin, ona aktığını hayal edin. İşlem bittiğinde gözlerinizi açın.

Sevgili varlık; hem kendin hem de üzerinde yaşadığın planetinin şifalanması için gerekli uygulamayı yapman çok önemli; çünkü sen değiştikçe dünyan, dünyan değiştikçe de sen değişirsin!

AMAÇ

Derin yapındaki şiddetli depremler; idrak düzeyinde bir genişleme ve böylece düşük titreşimli enerjilerinin bedeninden salınımını sağlar. Böylece arınıyor ve yüksek titreşimli enerjiye yer açılıyor.

18. GÜN YARATILIŞ

TANIM

“Kaldır kendini aradan, ortaya çıksın yaradan” sözünü hatırlamanı istiyorum. “Kendini bilmek, yaratıcıyı bilmektir” sözünü de anımsamanı istiyorum. Arada ince bir çizgi vardır; kim olduğunu bilmek, Tanrı’dan ve tüm mevcudiyetten ayrı olmadığının bilincine varmakla mümkündür. Bugünkü konumuz; tüm gizem ekolleri içinde en çok merak edilen ve tartışılan konudur. Evet, bugün yaratılıştan söz edeceğiz.

“Yaratılış” derken, sistemlerin, maddesel âlemlerin ve siz insanların nasıl oluştuğundan bahsedeceğiz. Ruhsal yanınız, Tanrısal yanınızdır. Ve o sonsuz sınırsız olan “Tek Varlığın” parçasıdır. Okyanusun damlasıdır! Damla, hiçbir zaman okyanustan ayrı kalmamıştır, sadece kendi içinde bir su damlası olduğuna inandırılmıştır. Bu yüzden bir gün halden hale geçerek O’na varacağınız düşüncesi, zihinsel olarak O’ndan ayrı kaldığınızı size düşündürebilir ancak bu bir yanılsamadır. Gerçekte siz, O’ndan hiç ayrı kalmadınız. Sonsuz ve sınırsız olan “Tek Varlığın” parçasısınız. O’ndan ayrı bir varlık değilsiniz. Ancak O’ndan ve tüm yaratılış içerisindeki var oluştan ayrı olduğunuz fikrine inandırıldınız. O yüzden de kendi çıkarınız için çalışıp, diğerlerini düşünmediniz. Ancak siz bir nevi O’nun hücrelerisiniz. Bu gerçeğe uyandığınızda; “karşınızdakine yapmış olduğunuzu aslında kendinize yapmaktasınız” sözünü daha iyi anlarsınız. Bunu bilen bilginleriniz, gerçeği üstü örtülü bir şekilde anlattılar, çünkü damlanın okyanusta kendini kaybedip, ben okyanusum demesi herkesin kaldırabileceği bir bilgi değildir. Sizler “küçük ışık topları” aslında “büyük ışık topunun” parçasısınız. Ondan ayrı değilsiniz. Ancak madde âlem yaratıldığında, siz “küçük ışık topları” fiziksel taşıtın içine girmeye başladığınızdan beri, kim olduğunuzu unutmaya başladınız. Bunu da kendinizle aranıza perde koyarak yaptınız.

“Tek varlık” sizin oyun alanınızdır; çünkü sonsuz ve sınırsız olan bir varlığın dışı yoktur. Ve var olan her şey O’nda vücut bulmuştur. O sadece sizin eserlerinizi gözlemler. Maddesel olarak şekillendirdiğiniz her şey sizin eserinizdir. Yaratıcı olarak, ışığa şekil ve biçim vererek, frekansınızı düşürerek, içinde bulunduğunuz evrenleri yarattınız. Bir ressam gibi ona şekil ve renk verdiniz. Sonra da yaptığınız tablo o kadar hoşunuza gitti ki; içine girip yaşamak istediniz. Volkan külü ve sudan beden inşa edip içine girdiniz. Böylece; insan olma deneyimini yaşamayı seçtiniz.

İlk başlarda androjen halde bulunuyordunuz. Bedenlerin ölümünden sonra tekrar beden üretmek durumunda kalıyordunuz. Bu duruma son vermek için, kendinizi ikiye bölüp; ikiz ruh dediğiniz durumu meydana getirdiniz. Erkek ve dişi olarak iki farklı bedende meydana gelmeyi seçtiniz. Ardından, beden üretimini dişil olan yanınızla gerçekleştirdiğinizden tekrar beden üretmeniz gerekmedi. Kim olduğunuzu da unutmanız gerekiyordu; çünkü yarattığınız resmin içinde yaratıcı olarak yaşamak

keyif vermiyordu. O yüzden araya perde koyarak ressam olduğunuzu unuttunuz. Milyonlarca yıl boyunca da bu deneyimi sürdürdünüz.

Şimdi, “küçük ışık topları”, “büyük ışığın” parçası olduğunuza uyanmanın zamanı geldi. Kendinizi yeniden hatırlayıp, perdeyi delmeniz mümkün. Bu zamana kadar, kendinizi zavallı bir insan olarak görüyordunuz. Şimdi ise; Tanrı/insan olduğunuza uyanmanın eşiğindesiniz. Tek yapmanız gereken; o kendinizle aranıza koyduğunuz perdeyi kaldırmak. Buna hazır mısınız?

UYGULAMA

Kim olduğuna uyanman ancak perdeyi ortadan kaldırmakla mümkündür. Bunun için vereceğim uygulamayı her gün yaptığında, belli bir süre sonra perdeyi belli bir oranda delmeye başlar ve öte âlemlere ve kendi özüne dalış yapabilirsin.

Sevgi varlık, şimdi sırt üstü uzan ve gözlerini kapat. Önce zihninin yatakta ters pozisyonda yattığına ikna olmasını sağla. Başın kapının olduğu yerde, ayakların ise pencereye bakıyorsa, zihnine başının pencerenin olduğu yerde, ayaklarının da kapıya baktığın yerde olduğunu söyle ve o şekilde imgele. Zihnin bu duruma ikna olduğunda, algını tavandan aşağıdaki bedenine bakar pozisyona getir. Yukarıdan aşağıya baktığında her bir nesnenin nerede olduğunu gözlemle. Ardından nefes al ve nefesini verirken dünyanın dışına çık; oradan masmavi parlayan dünyaya bak. Her bir ayrıntısını görmeye çalış.

Bu uygulamayı yaptıkça önce imajine ettiğin görüntüler kendiliğinden hareket etmeye başlayacak ve zamanla perdeyi delince de “yaratıcı” olduğuna uyanacak ve istersen öte âlemlere yolculuk yapabileceksin.

AMAÇ

Sizlerin, kendi içinizdeki olumsuz düşünce kalıplarını kırmak için, “gerçeği” her açıdan anlatmak gerekir. Fiziksel, zihinsel ve ruhsal olarak nasıl bir varlık olduğunuzu bilmek, kim olduğunuzu keşfetmenize zemin hazırlar.

19. GÜN RUHSAL EVRİMLEŞME

TANIM

“Ruhsal evrimleşme”, sizlerin tabiriyle halden hale geçerek, bir çember çizerek yükselmektir. Tüm yaşamlardaki var oluşun amacı; ruhun yükselmesi içindir. Sizin canlılık tanımına tekrar göz atmanız gerekmektedir. Hareket eden her şey canlıdır ki; hareket etmeyen hiçbir şey yoktur. Katı olarak algıladığınız nesnelerde bile atomik yapılar hareket halindedir. Bilim adamlarınız, başka planetlerde hayat olup olmadığını araştırırken; uygun gazlara, atmosfer basıncına ve suya bakmışlardır. Bu araştırmaları yaparken; insana özgü, hayat fonksiyonlarını sağlayan koşulları baz almışlardır. Gerçekte ise, her yerde ve her koşulda canlı vardır. İçinde bulunduğunuz boyutta bile farklı koşullar altında yaşayan canlılar tespit edilmiştir. Bu boyuttan baktığınızda etrafınızda olan her yapının, kendine özgü bir enerjisi vardır. Bu enerjiler yaşam kaynaklarını elementer varlıklardan almaktadır. Her canlının yaşam kaynağı; hava, ateş, toprak ve sudur.

Sevgili varlık; güneşin, dağların, okyanusların da canlı olduğunu söylesem ne derdin? Sadece bu kadar da değil, her gezegenin, yıldızın hatta galaksilerin bile senin gibi bir varlık olduğunu bilseydin, bu seni şaşırtır mıydı? Tıpkı senin gibi, bu mekanizmalar da doğar, büyür gelişir ve ölürler. Hatta boyut atlarlar. O halde, her canlının içinde başka canlının mevcut olduğunu ve onların da kendilerine özgü zekâları olduğunu anlayabilirsin. Bu şekilde baktığında, içinde bulunduğun evrenin de "sonsuz aklın" bir parçası olduğunu kavrayabilirsin.

"Ruhunun evrimi", yaşadığın binlerce hayattan sonra edinmiş olduğunun bilgelikle yol almanla mümkündür. Her bir birim, kendi kişisel yükselişiyle, üst organizmayı büyütür ve o da onun bir üstündekini… İç içe geçmiş sonsuz sayıda bir çemberler kümesinden ibaret canlılar topluluğusunuz ve çemberin en dışında olan "ana çember", sizlerin yaratıcı dediğiniz "Tek Varlıktır."

Kendinizi "mikro kozmoz" olarak düşünebilirsiniz. Birçok küçük alt birimin yaşam alanı… "Tek Varlık" ise; "makro kozmozdur." Var olan tüm çemberleri kapsayan, tüm kozmozları bünyesinde barındıran sonsuz ve sınırsız olan yapı…

Bu bilgiler ışığında baktığında var oluşun amacını da görebilirsin. Daha önceki öğretilerimizde, "genişlemenin" büyümek ve yükselmek olduğunu söylemiştik. O halde "Tek varlık" da bu amaçla alt çemberler oluşturarak yayılma prensibini devreye sokmuştur. Amaç; büyümek ve genişlemektir, boyut atlamaktır. Var olan her şey, "ruhsal evrimleşme" sonucu genişleyerek yükselir. Bu genişlemenin bir sonu yoktur.

Sadece "Tek Varlık" bu genişleme ve büyüme deneyimini yaşamaktadır. Keza o sonsuz olduğundan O'nun dışı yoktur ve O'ndan başka varlık yoktur. "Sonsuz akıl" kendini biliyor ancak deneyimlemek ve genişlemek istiyordu, bu sebeple; hücreleri diyebileceğimiz ışınsal varlıkları kendi alt mekanizmalarımızı kurmak için yarattı. Bu alt birimler de kendi alt birimlerini oluşturdular. En sonunda insanoğluna kadar bu "yayılma" gerçekleşti. Şimdi; insanlık "ruhsal evrimleşme" ile giderek genişliyor ve yükseliyor. Sizlerin çemberinizin genişlemesi, diğer çemberleri genişletiyor. Böylece "Tek Varlık" genişleyerek kendini deneyimliyor. "Tek varlık" ana ruhtur. Tüm ruhların yükselişi, onun yükselişidir. Nasıl ki, insanlar yükseldiğinde, dünya; dünyanız yükseldiğinde de samanyolu yükseliyorsa; ruhların yükselişi de "kutsal ruh" ya da "ana ruh" dediğimiz "Tek Varlığın" yükselmesini sağlıyor.

UYGULAMA

Sevgili varlık, "ruhun yükselişi" için gerekli olan, düşük titreşimli düşünce yapısından sıyrılmaktır. Yani korku bazlı düşünceleri bir kenara koymak gerekir. Bu ancak arınmış bir varlığın gerçekleştirebileceği bir şeydir. Şimdi sana öğreteceğim uygulama, senin korku bazlı düşüncelerden sıyrılmanı ve kendi merkezinde, kendi enerjini korumanı sağlayacak. Böylece; ileride "ruhun evrimleşmesi" için gerekli enerjiyi bünyende barındırabileceksin.

Şimdi dik bir şekilde oturarak gözlerini kapat. Bembeyaz bir ışık küresini karşında gör ve ona doğru yürümeye başla. Üzerinde sadece beyaz bir giysi var. İçeri girdikten sonra, kapıyı kapat ve bağdaş kurarak yere otur. Kürenin içi de sadece beyaz ışıkla dolu ve başka hiçbir renk görünmüyor. Şimdi, kürenin dışının ayna haline geldiğini gör. Ardından hangi yönden enerji gelirse gelsin, küreye değer değmez, o ışın geldiği

yöne doğru yansıyor. Bu hal içinde 15-30 saniye kal ve uygun olduğunda gözlerini aç. Bunu her sabah uyandığında ve her gece yatarken yaparsan, tüm gün boyunca enerjini muhafaza edersin.

AMAÇ

Sizlerin, kendi içinizdeki olumsuz düşünce kalıplarını kırmak için, “gerçeği” her açıdan anlatmak gerekir. Fiziksel, zihinsel ve ruhsal olarak nasıl bir varlık olduğunuzu bilmek, kim olduğunuzu keşfetmenize zemin hazırlar.

20. GÜN TANRI VE TANRIÇALAR

TANIM

Mitolojilerinizde bahsedilen “Tanrılar ve Tanrıçalar” yani bizlerin tabiriyle “Lordlar ve Ladyler” bir hayalden ibaret değildir. Onlar sizin, bir üstünüzde bulunan, tıpkı sizler gibi yaratıcı mekanizmalardır. Onlar kendi suretlerinde, insan bedenlerini oluşturdular ve insan olma deneyimini yaşadılar. Bazıları onlarla çiftleşerek sizlerin “Nefilim” dediğiniz Tanrı-insan varlıkların meydana gelmesini sağladılar. Bunlar 4 metre boylarındaki devlerdi. Bundan 10.5 milyon yıl önce sizlerin klonlama dediğinize benzer bir teknikle insan bedenleri oluşturuldu. Bu bedenlere her bir “Tanrı” ya da “Tanrıça” tarafından gen verildi. Hangi varlık dünyaya doğacaksa, aldığı gen ile o zaman diliminde dünyaya geldi. Bu bilgi insanoğlu tarafından keşfedildi ve “astroloji” ilmi doğdu. Örneğin; Poseidon’dan gen alan; “Neptün”, Afrodit’ten gen alan; “Venüs”, Zeus’tan gen alan; “Jüpiter” ve Ares’ten gen alan; “Mars” olarak adlandırıldı. “Astroloji” ilmi, binlerce yıl bu gerçeği anlattı. İnsanların benzer karakter özelliği göstermelerinin sebebi; aldıkları genin aynı “Tanrı ya da Tanrıça’dan” gelmesiydi!

İnsanlar, nasıl kendi suretlerinde, “klonlama” adı altında gizlice benzerlerini üretiyorlarsa aynı şeyi “Tanrı ve Tanrıçalar” da yapmıştı. Hatta onlarla birleşip farklı bir türün oluşmasına neden oldular. “Herkül” olarak bilinen varlık da onlardan biriydi.

Mısırın krallar tarihini anlatan kayıtlarda, insan krallardan önce Tanrı krallar olduğu yazılıdır. Ancak araştırmacılar, Tanrı kralları efsane ya da mit olarak görürken; aynı kaynaktaki insan kralları, “doğru” olarak kabul etmişlerdir.

Bir zamanlar insanlarla, “Tanrılar” aynı zaman ve mekân içinde varlıklarını sürdürüyorlardı ancak insanoğlu boyut düştükten sonra onlar zamanla efsane ya da masal haline geldi; böylece artık farklı boyutta olduklarından, insanlar onları göremez oldular.

Yaratılış içerisinde birçok hiyerarşik düzen vardır. İnsanların üstünde “Tanrı ve Tanrıçalar” onların üstünde “Rablar” onların da üstünde başka mekanizmalar vardır. Ve “Tek Varlık” olan hepsini kapsar; çünkü bütün mekanizmaları kendi bünyesinde bulundurur.

UYGULAMA

Sevgili varlık; hangi “Tanrı ya da Tanrıçadan” gen aldığını bilmek kendinle ilgili fikir edinmeni sağlayabilir. Aydınlık Tanrılar ve Tanrıçalar, Karanlık Tanrı ve Tanrıçalar vardır. Hangisinden gen aldığını keşfetmek, yaşamınla ilgili sana bir ön görü sunabilir.

Aydınlık Tanrılar	**Karanlık Tanrılar**
Zeus	Herkül
Poseidon	Ares
Hades	

Aydınlık Tanrıçalar	**Karanlık Tanrıçalar**
Demeter	Persephone
Afrodit	Hera

Sevgili varlık; burcunun bulunduğu ev, hangi “Tanrı ya da Tanrıçadan” gen aldığını gösterir. Eğer, aldığın gen “karanlık” bir varlıktan gelmişse o zaman negatif tarafla anlaşmaların var, demektir. Hayatındaki birçok olumsuz deneyim, bu anlaşmalardan kaynaklanmaktadır. Eğer; hayatının huzurlu, neşeli ve sevgi dolu geçmesini istiyorsan; karanlık taraftaki “Tanrı ve Tanrıçalardan” gelen genlerin “inaktif” hale geçmesine niyet etmelisin. Bunun için şu şekilde niyet edebilirsin:

“Ben … (isim soyisim) Karanlık “Tanrı ve Tanrıçalardan” gelen ve yapmış olduğum anlaşmalardan dolayı geçerliliğini sürdüren ve artık benim en yüksek hayrıma bir katkısı olmayan genlerimin şimdi derhal ve sonsuza kadar durmasını ve işlevlerini yitirmelerini seçiyorum. Onlardan gelmiş olan kanal bağlantılarının da silinmesini talep ediyorum. Bu işlemlerin gerçekleşmesi için aydınlık taraftaki ilahi, ulu varlıkları çağırıyorum. Onlardan, benim en yüksek benliğimin de onayıyla aydınlık taraftan gelen genimin devreye alınmasını istiyorum. Şimdi, karanlık tarafla yapmış olduğum anlaşmaları iptal ediyor ve aydınlık taraftan gelen yeni anlaşmaları kabul ediyorum. Ben sadece sevginin ve ilahi ışığın tarafındayım.”

Sevgili varlık, bu niyetten sonra uzan ve bir süre sessizlik içinde kal. Bırak, ilahi ulu varlıklar gerekli işlemi kolayca yerine getirsinler.

AMAÇ

Ruhsal evrimleşme”, demek halden hale geçerek, bir çember çizerek yükselmektir. Tüm yaşamlardaki var oluşun amacı; ruhun yükselmesi içindir. Olduğun kişiden olmak istediğin bilge kişiye doğru dönüşmene zemin hazırlar.

21. GÜN BİRLİK OLMA

TANIM

“Birlik olma” derken; içinde bulunduğun herkes ve her şeyle bir olduğunun idrakine varman gerektiğinden bahsediyorum. “Ayrım yapma bilinci” sebebiyle; seninle aynı fikirde, aynı değerlere sahip ve aynı inancı taşıyanlarla “bir oluyorsun”, bunun dışındakilerle değil! “Kim olursan ol, gel” diyen bilge gibi; bir bakış açısına sahip olmalısın; çünkü siz asla birbirinizden ayrı olmadınız. Aynı takımı tutanlar birlik oldu, aynı dine mensup olanlar birlik oldu, aynı ülkede yaşayanlar birlik oldu ancak bunun dışında olanlar dışlandı. Siz birisini dışladığınızda kendi parçalarınızdan birisini dışlamış oluyorsunuz. Bu dışladıklarınızdan biri, sizden anlayış ve yardım bekleyen benliklerinizden biri de olabilir. Kaldı ki; kimse sizin gibi olmak zorunda değil, kimse sizin gibi aynı inanca aynı düşünceye sahip olmak zorunda değil. Karşınızdaki kim olursa olsun, sevilmeyi hak ediyor.

“Ayrım yapma bilinci” sebebiyle karşınızdakini dışladınız, onu rakip olarak gördünüz. Bazen günah keçisi haline getirdiniz. Düşük titreşimli duyguları açığa çıkartarak, onlara zarar bile vermeye kalktınız. Ancak size şunu söylüyoruz; siz kime ne yaparsanız sadece kendinize yaparsınız; çünkü “Tek Varlığın” hücrelerisiniz. Bu sebeple her hücrenin sevgiyle sarılması ve kabul edilmesi gerekir. Bir hücre dışlandığında ne olur dersiniz? O dışlandığı için zamanla “kanserli hücreye” dönüşür ve bu da bütüne zarar verir. “Bir olmak” ayrım yapmayı bırakmakla olur. İçinde bulunduğunuz illüzyondan çıkar ve karşınızdakini kucaklarsanız, ona da değişme ve dönüşme fırsatı sunarsınız. Sevgiyle sarmalanmış herkes size, sadece sevgi dolu deneyimler sunar.

Hiçbir şey göründüğü gibi değildir. Bazen kendi algı düzeyinizin sınırları içerisinde bir şeyler görüyor ve bu durumdan dolayı lanetler okuyorsunuz.

Gördüğün her şey gerçek değil! Bazı sansasyonel haberler aslında hiç yaşanmadı sadece insanları duygusal olarak aşağı çekmek için illüzyon bir gerçeklik oluşturarak sizin planetinize yansıtıldı. Böylece; sizin dramatikleşip, düşük titreşimli duygular içerisine girerek, olumsuz bir gerçekliği yaratmanız amaçlandı.

Sizler belli bir oranda aynı titreşimsel duygu ve düşünceyi yaymaya başladığınızda, planetinizde bu; sizin gerçeğiniz haline gelir. O yüzden haberlerinizde gördüğünüz, duyduğunuz her şeye inanmayın. Bu manipülasyonlardan kaçının. Siz yaratıcı enerjinizi daima sevgiden, birlik ve beraberlikten yana kullanın. Dünyanız ve kendiniz için istediğiniz realiteyi ancak bu şekilde oluşturabilirsiniz.

Sevgi çok hızlı şifalandırıcı ve dönüştürücüdür. Onun birleştirici gücü yüksektir. Size ya da sevdiklerinize olumsuz bir davranışta bulunulduğunda onlara şefkat dolu bir enerji gönderin. Ancak bu şekilde “kanserli hücre” sağlıklı bir hücre haline gelir. Birlikten doğan gücün ışığı kalbinizde doğar. Ve o yüzden kalbinizde asla “kanserli hücre” bulunmaz.

UYGULAMA

Sevgili varlık; hem kendi içinde hem de tüm insanlıkla bir olmak için güzel bir uygulamamız var. Öncelikle ayağa kalk ve gözlerini kapat. Ellerini iki yana aç. Kendini uzay boşluğunda tüm insanlıkla el ele tutunarak dünyayı kucakladığını imgele. Kalbindeki sevgiyi, kalbinde hızlı bir şekilde döndür ve onu solundaki kişinin kalbine gönder. Enerji kalbinden sol eline, oradan da sol elinle tuttuğun kişinin elinden kalbine doğru aksın. O şekilde herkes kalbindeki sevgiyi, solundaki kişinin kalbine göndersin. Ve hızlı bir şekilde sevgi enerjisini döndürün. Bu dönen sevgi enerjisi bir vortex oluşturuyor. O enerji ardından dünyanın kalbine akıyor. Böylece tüm dünya “bir oluyor”. O yoğun sevgiyi, tüm hücrelerinde hissettikten sonra yavaş yavaş kendi hızında “şimdiye” gel ve gözlerini aç.

AMAÇ

Olunu aydınlatmak ve sana bir bilgelik katmaktı. Bu öğreti kitabı sana hayatının her alanında rehberlik edecek. Kitabın içindeki bilgeliği, gerçekten içselleştirdiğinde, hayatın her zaman güzelliklerini görecek ve mutlu olacaksın.